เม็ดทรายสร้างเจดีย์ ๑



ยาขนานเอก

เม็ดทรายสร้างเจดีย์

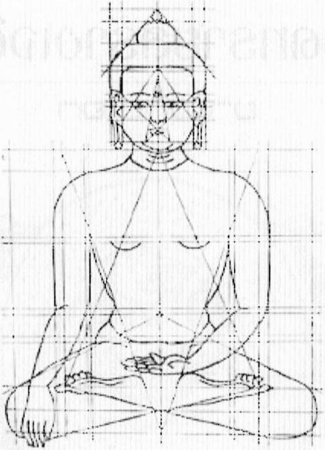
ยาขนานเอก

มอบแด่ ....

....

จาก ....

....



หนึ่งตัวอักษรธรรม
พิมพ์ไว้ให้คนอ่าน
กุศลปานเปรียบได้
ดั่งสร้างองค์พระปฏิมา

เกริ่นนำ

เคยได้ยินมาว่าความสำเร็จนั้นเริ่มต้นมาจากการสั่งสมประสบการณ์ที่ชีวิตเป็นผู้มอบให้ จุดกำเนิดจากสิ่งเล็กๆ น้อยๆ นี่แหละที่เป็นหัวใจนำไปสู่ความสำเร็จ

ทำนองเดียวกับการบำเพ็ญ จำต้องเรียนรู้และเก็บเกี่ยวอย่างละเอียดถี่ถ้วนทุกขั้นตอนจากประสบการณ์ที่ชีวิตมอบให้ เปรียบเม็ดทรายเม็ดหนึ่งที่มองว่าไม่มีความหมาย แต่ทว่าเม็ดทรายเหล่านั้นนั่นเองที่ก่อประโยชน์เอนกอนันต์ ดั่งคำสอนจากตะกอนแห่งประสบการณ์ของผู้รู้ทั้งหลายเป็นเครื่องสอนเราให้ได้เรียนรู้และเพิ่มพูนทักษะบังเกิดความกระจ่างเข้าถึงความแยบยลอันสูงส่งเฉกเช่น "เม็ดทรายสร้างเจดีย์" นั่นเอง

ยาขนานเอก



ผู้ที่สามารถอดทน ในสิ่งที่คนอื่นอดทน ไม่ได้
ย่อมสามารถบรรลุภารกิจ
ที่ผู้อื่น ไม่อาจบรรลุ

ในตัวมนุษย์ทุกคน
มีขุมทรัพย์ภายในที่จำเป็น
สำหรับสร้างสมดุลยภาพ
ให้แก่สภาพอารมณ์และจิตใจ อาทิเช่น
ความกล้าหาญ การมองโลกในแง่ดี
การอ่อนน้อมถ่อมตน อารมณ์ขัน
การรู้จักยอมรับ การให้อภัย ความรัก
ความเมตตา ความใจเย็นสุขุม...
ทรัพยากรภายในตัวเราเหล่านี้
เปรียบประดุจยาขนานเอกสำหรับจิตวิญญาณ
ช่วยฟื้นฟู เยียวยา บำรุงรักษา
ให้กับจิตญาณกลับคืนสู่สภาพปกติ

อริยะกิจ

งานที่แท้จริงของเรา ก็คือ
งานที่จะนำวิญญาณเรา
กลับไปสู่บ้านอันแท้จริงของเรา

ความโปรดปรานจากเบื้องบน

จะโปรยปรายลงสู่บุคคลผู้ฟื้นฟูสัจธรรม

ผู้พิฆาตความหลงผิด

ผู้เชิดชูความยุติธรรมให้สูงส่ง

คนที่จะทุ่มเทชีวิตให้กับอริยะกิจ

ต้องมีความกล้า

และมีอุดมการณ์ที่ยิ่งใหญ่

เมื่อเราทำงาน

เพื่อจะเป็นผู้ให้ความช่วยเหลือ

จำไว้เสมอว่า... จุดมุ่งหมายของเรา

ไม่ใช่ให้ผู้คนคิดว่า คุณสูงส่ง

แต่เป็นการทำให้พวกเขา

มีความคิดที่ดีกับตัวเองที่จะเปลี่ยนแปลง

ใจของผู้ยิ่งใหญ่ไม่เกิดเป้าหมาย
ใจของเวไนยมีความหวัง

จะสังเกตเห็นความแตกต่างได้ว่า
กิจใดๆ นั้นจะเป็นไปด้วยการสะสม
แต่อริยกิจนั้นเป็นไปเพื่อการปลดปล่อย

ผู้รู้เพียงพอในสิ่งที่ได้
ฟ้าไม่อาจให้เขายากจน

ผู้รู้อดทน
ฟ้าไม่อาจให้เขาประสบภัย

ผู้สามารถเสริมสร้างคนดี
ฟ้าไม่อาจให้เขาเดียวดาย

ผู้แบกรับงานใหญ่ของชาวโลกได้
ฟ้าไม่อาจให้เขาจนหนทาง

ผึ้งเป็นสัตว์ที่มีเกียรติ
มากยิ่งกว่าสัตว์ทั้งหมด
ไม่ใช่เพราะว่ามันเป็นพวกใช้แรงงาน
แต่เป็นเพราะว่า
มันใช้แรงงานเพื่อผู้อื่นต่างหาก

เปรียบเทียบการทำเพื่อคนอื่น
กับทำเพื่อตนเอง พบว่า
ในยามที่เราทำเพื่อคนอื่น
ปัญญาของเรากระจ่างกว่า

ปราชญ์แสวงหาความสมบูรณ์ คนธรรมดาแสวงหาทรัพย์

ผู้เป็นสุข... คือบุคคลที่ความต้องการมีเพียงเล็กน้อย ยิ่งความต้องการน้อยเพียงใด บุคคลผู้นั้นก็ยิ่งเป็นสุขมากขึ้นเพียงนั้น **"ผู้ที่มิต้องการสิ่งใดเลยคือจ้าวแห่งกษัตริย์ทั้งมวล"**

มันคือความต้องการของเรานั่นเองที่ทำให้เรายากจน บุคคลผู้ใดที่ไม่มีความต้องการใดๆ เขาคือบุคคลผู้มั่งคั่งที่สุด

ในช่วงแห่งการพักแรมในอินเดีย พระเจ้าอเล็กซานเดอร์มหาราชได้ไปพบซาดูผู้หนึ่งที่อาศัยอยู่ริมฝั่งแม่น้ำบียาส ซึ่งเป็นผู้ที่พระเจ้าอเล็กซานเดอร์ได้ยินถึงกิตติศัพท์อย่างมากมายว่ามีพลังเหนือธรรมชาติ พระองค์ได้พบท่านผู้นี้นั่งอยู่บนใบตาลใต้ร่มซึ่งทำมาจากใบของต้นไทร ทั้งหมดนี้เท่านั้นที่นักบวชผู้นี้เป็นเจ้าของ เมื่อได้รับแจ้งว่านักบวชท่านนี้ได้ใช้เวลาตลอดชีวิตของท่านทั้งหมดที่นั่น และอยู่ตรงที่แห่งนั้น แม้ในช่วงฝนตกกระหน่ำ ท่ามกลางความร้อนที่แผดเผา หรือความหนาวเย็นที่เสียดแทง

พระเจ้าอเล็กซานเดอร์จึงทรงเสนอที่จะสร้างบ้านหลังหนึ่งให้แก่นักบวช ท่านกลับปฏิเสธข้อเสนอนี้และกล่าวว่า “จะสร้างบ้านไปทำไม เรา

จะต้องอยู่ที่นี่ตลอดกาลหรือ?" หลังจากนั้นพระเจ้าอเล็กซานเดอร์จึงถามว่า พระองค์สามารถทำสิ่งอื่นใดให้แก่นักบวชได้อีก "ได้ซิ ! โปรดระวังอย่าให้คนของท่านเข้ามาหาฉัน" ท่านกล่าว

ในช่วงที่พระเจ้าอเล็กซานเดอร์กำลังจะสิ้นใจ พระองค์ได้เสนอที่จะมอบครึ่งหนึ่งของราชอาณาจักรของพระองค์ให้แก่ผู้ใดก็ตามที่สามารถทำให้พระองค์มีชีวิตยืนยาวเพียงพอที่จะช่วยให้พระองค์สามารถไปพบพระราชมารดาของพระองค์ได้ แต่บรรดาแพทย์ได้กล่าวตอบว่า ต่อให้พระองค์มอบพระราชอาณาจักรของพระองค์ให้ทั้งหมด พวกเขาก็ไม่สามารถที่จะทำให้ลมหายใจเพิ่มขึ้นแม้เพียงลมหายใจเดียวให้แก่ชีวิตของพระองค์

ด้วยน้ำตาที่รื้นขึ้นมาในดวงตาของพระราชา พระองค์ได้กล่าวพร้อมกับถอนหายใจอย่างหนักหน่วง “อนิจจา! ถ้าฉันรู้ว่าลมหายใจเป็นสิ่งที่มีค่าสูงปานนี้ ฉันก็คงจะไม่ยอมผลาญลมหายใจเหล่านั้นไปกับการเสาะแสวงหาอันไร้ประโยชน์”

หลังจากนั้นพระองค์จึงสั่งว่า ในช่วงแห่งการแห่พระศพของพระองค์ มือทั้งสองข้างของพระองค์จะต้องวางไว้นอกโลง โดยให้หงายมือขึ้น เพื่อที่ว่าโลกนี้จะได้เรียนรู้บทเรียนจากพระเจ้าอเล็กซานเดอร์มหาราช ผู้เคยวางแผนที่จะครองโลกแต่จากโลกนี้ไปอย่างมือเปล่า...

การใช้ชีวิต

กายอันล้ำค่าที่เธอได้มานี้

หลังจากต่อสู้อยู่ในชีวิตชั้นต่ำหลายล้านชาติ

บัดนี้จงอย่าสูญเสียมันไป

กับการแสวงหาที่ไร้ประโยชน์

จงมอบความสนใจของเธอให้แก่การบำเพ็ญ

จงเจาะหาวิญญาณที่น่าสงสารของเธอ

และปกป้องวิญญาณนั้นจาก

วัฏจักรแห่งการเวียนว่ายตายเกิด

ความสุขเพลิดเพลินและความสะดวกสบาย

เหล่านี้อยู่ได้เพียงเสี้ยวนาที

หลังจากนั้นความโศกเศร้าอันยาวนาน

ก็รอคอยเธออยู่

คนควรหลีกเลี่ยงเส้นทางที่เดินจนชิน

แต่ควรหาเส้นทางใหม่

จึงพบเรื่องใหม่ในการสร้างชีวิตใหม่

การเรียนรู้วิธีใช้ชีวิต

คือการเรียนรู้ที่จะปล่อยวาง

คลายจิตจากความยึดมั่นถือมั่น

การใช้ชีวิต

หนีไม่พ้นการประชันขันแข่ง

ที่สำคัญต้องใช้ชัยชนะนั้นให้เกิดประโยชน์

ไม่ใช่มุ่งจะเอาชนะที่ไร้ประโยชน์

ชนะแล้วสะใจอย่างเดียว แต่ไม่มีประโยชน์

มิสู้อยู่เฉยดีกว่า หรือการพ่ายแพ้หากได้

ประโยชน์มากกว่า ก็แกล้งแพ้จะดีกว่า

การมอบชีวิตที่เป็นสุขให้ผู้อื่น
เป็นสุดยอดความดี...
การเบียดเบียนชีวิตที่เป็นสุขของผู้อื่น
เป็นสุดยอดความชั่ว...

พรสวรรค์
เป็นเพียง 1 ใน 10 ของจิตวิญญาณ
แต่ 9 ใน 10 มาจากการฝึกฝนอย่างหนัก

กายมนุษย์นี้ยากเหลือที่จะได้มา
เราจะไม่ได้กายนี้ซ้ำแล้วซ้ำเล่า
เมื่อผลไม้ที่สุกงอมหล่นลงมาจากต้นแล้ว
ผลนั้นจะไม่มีวันกลับไปยังกิ่งได้อีกเลย

ในขณะที่เธอยังมีชีวิตอยู่
จงทุ่มเทเพื่อให้ได้มาซึ่งชีวิตนิรันดร์
เพราะเมื่อตายไปแล้ว
เธอก็จะสูญเสียโอกาสนั้นไปตลอดกาล

การหวังที่จะได้รับการหลุดพ้นหลังจากความตายเป็นรูปแบบของการหลอกตัวเองอย่างละเอียดอ่อนที่สุดที่มนุษย์กระทำกับตัวเขาเอง ถ้าไม่มีการหลุดพ้นในขณะที่มนุษย์ยังมีชีวิตอยู่ การหลุดพ้นนั้นก็จะไม่เกิดขึ้นหลังความตาย เช่นเดียวกับคนที่ขาดความรู้ในขณะที่มีชีวิต จะไม่สามารถเป็นผู้เพียบไปด้วยความรู้หลังความตาย ขโมยที่ใช้ชีวิตอยู่กับการลักขโมยตลอดชีวิตของเขา ย่อมไม่สามารถเป็นนักบุญได้หลังความตาย ความตายเป็นเพียงการสละทิ้งเครื่องปกคลุมภายนอกของกายเนื้อเท่านั้น ส่วนในแง่มุมอื่นๆ ทั้งหมดเราก็ยังคงเป็นเหมือนเดิม ดังนั้น จงพยายามให้ได้มาซึ่งการหลุดพ้นเสียแต่บัดนี้ ขณะที่ยังมีชีวิตอยู่

เปรียบอัญมณีในใต้หล้า
ชีวิตล้ำคุณสูงค่ายิ่งกว่านัก หากมิแยแส
ชีวิตคงมีราคาแค่เพียงเศษผัก เท่านั้นเอง

ชายชราที่ยากจนคนหนึ่งอาศัยอยู่ในป่าแห่งหนึ่ง และหาเลี้ยงชีพจากการเผาเศษไม้ให้เป็นก้อนถ่านและนำไปขาย ครั้งหนึ่งชายคนนี้ได้รางวัลจากการช่วยเหลือพระราชาที่หลงทางอยู่ในป่า

ชายยากจนคนนี้ได้รับมอบป่าละเมาะที่สวยงามแห่งหนึ่งซึ่งเต็มไปด้วยต้นจันทน์หอมที่มีความหอมมากที่สุด ต้นไม้เหล่านี้เป็นต้นไม้ที่มีคุณภาพพิเศษซึ่งสามารถนำมาทำเป็นน้ำหอมที่มีราคาแพงมากและหาได้ยาก ต้นไม้เพียงต้นเดียวในสภาพ

เดิมของมันและโดยที่มิต้องทำอะไรกับมันเลย ยังมีค่ามากกว่าที่ชายชราคนนี้จะหาเงินได้จากการเผาไม้ขายเป็นถ่านตลอดชีวิตที่เหลือของเขา

แน่นอนชายชราที่ยากจนคนนี้ย่อมยินดีอย่างยิ่งในของขวัญที่ได้มา แต่เขามิได้สำนึกถึงความยิ่งใหญ่ของโชคลาภที่ถูกประทานมาให้แก่เขา เพื่อที่จะเลี้ยงชีพเขาก็ยังคงเผาถ่านจากต้นจันทน์หอมและนำไปขายยังตลาดเพื่อเงินจำนวนเพียงเล็กน้อย

หลังจากที่เวลาอันยาวนานผ่านไป พระราชาบังเอิญผ่านมาทางนั้นอีก และสังเกตว่าป่าอันมีค่าล้ำเลิศนั้นถูกลดสภาพลงเหลือเพียงเถ้าถ่าน และชายชราคนนั้นก็ยังคงอยู่ในสภาพที่ยากจนเช่นเดิม เมื่อพระราชาสอบถามว่าเกิดอะไรขึ้น ชายชราผู้นั้นก็เล่าว่า เขาทำมาหาเลี้ยงชีพโดยการเผาถ่านจากต้นไม้เหล่านั้น พระราชาจึงถามเขาว่ายังมีไม้จันทน์หอมเหลืออยู่บ้างไหม ชายชราตอบว่า เขา

ไม่เหลืออะไรนอกจากไม้จันทน์หอมหนึ่งชิ้นเล็กๆ ซึ่งคงจะยาวประมาณหนึ่งหรือสองฟุต พระราชาจึงบอกเขาให้ไปยังตลาดแห่งเดิมที่เขาเคยนำถ่านไปขายและให้ขายไม้ชิ้นนี้โดยไม่ต้องเอาไปทำเป็นถ่านก่อน ในตลาดนั้นมีเศรษฐีบางคนที่ได้สังเกตเห็นคุณภาพอันดีเลิศและความหอมที่หายากของไม้จันทน์หอมชิ้นนี้ ทุกคนต้องการจะซื้อไม้นั้นเพราะมองเห็นถึงคุณค่าของมัน ผลก็คือชายชราคนนั้นหาเงินได้หลายร้อยจากการขายไม้จันทน์หอมชิ้นเล็กๆ ชิ้นนั้นชิ้นเดียว

เขาจึงกลับมาหาพระราชาพร้อมกับเงินนั้น และพระราชาก็กล่าวว่า "เธอมิได้สำนึกถึงคุณค่าของไม้นี้เลย ถ้าเพียงแต่เธอจะเห็นคุณค่าของมันเธอก็คงจะหาเงินได้หลายล้าน แทนที่จะได้เพียงจำนวนน้อยนิดจากการเอาไปขายเป็นถ่าน และยังจะต้องผ่านความเหนื่อยยากที่ไม่จำเป็นในการ

ทำถ่านจากไม้นั้นก่อน" เมื่อตระหนักถึงความผิดพลาดของเขา ชายชราคนนั้นจึงขอของขวัญแบบเดียวกันนี้อีกจากพระราชา เพื่อที่ว่าเขาจะได้ใช้มันให้เป็นประโยชน์อย่างถูกต้อง พระราชาได้ตอบว่าของขวัญแบบนี้ประทานให้ได้เพียงหนเดียวเท่านั้นในชีวิตหนึ่ง

ในทำนองเดียวกัน กายของเราอาจเปรียบได้กับป่าจันทน์หอมที่สูงค่า ซึ่งเราสามารถนำไปแลกเปลี่ยนเป็นเงินได้หลายล้าน *(คุณค่าทางวิญญาณ)* แต่ด้วยความโง่เขลาของเรา เรากลับลดค่าของมันจนเหลือเพียงแค่ก้อนถ่านราคาถูกๆ ซึ่งอยู่ในไฟแห่งกิเลส

คุณค่าอันแท้จริงแห่งกายมนุษย์นี้จะเป็นที่ตระหนักได้หลังจากความตายเมื่อมนุษย์สำนึกผิดว่าเขาได้นำสมบัติที่มีคุณค่าสูงสุดของเขาไปผลาญทิ้ง ผลก็คือเขาจะต้องไปสู่นรกหรือไปสู่การเกิดที่ต่ำลง

ปัญหาอุปสรรค

สถานการณ์ใด
ไม่มีเรื่องท้าทายและความขัดแย้ง
สถานการณ์นั้นไม่ได้สร้างวีรบุรุษ

คนมองโลกในแง่ดี เห็นโอกาสในทุกวิกฤติ

คนมองโลกในแง่ร้าย เห็นวิกฤติในทุกโอกาส

ปัญหามากมาย...

หลายอย่างเกิดขึ้นอยู่ในสมองเป็นส่วนใหญ่

มันอยู่ในความคิดวิตกกังวล

มากกว่าจะเกิดขึ้นจริงๆ

เมื่อเจอปัญหา...
มันไม่ได้มุ่งหมายให้เรา
หมดความสามารถจะทำสิ่งใดๆ
แต่เจตนาของมันนั้นมุ่งช่วยให้เรา
ค้นพบตัวตนที่แท้จริงของตัวเอง

เมื่อประตูบานหนึ่งปิดลง
อีกบานหนึ่งจะต้องเปิดออก
แต่ธรรมชาติมนุษย์มักจับจ้อง
จดจ่อความสนใจ แล้วเสียใจอาดูร
กับประตูที่ปิดไปแล้วมากเกินไป
จนไม่เห็นประตูอีกบานที่เปิดรอรับเราอยู่

หากหากเพียรรักษาจิตใจ

ให้มองในแง่ดีไว้ พร้อมทั้งยอมรับว่า

การเปลี่ยนแปลงเป็นเสมือนหนึ่งโอกาส

เพื่อได้เรียนรู้สิ่งอื่นที่เรายังไม่เคยผ่าน

กับปรับสภาพชีวิตตัวเอง

ให้สอดคล้องไปกับมัน

ผู้นั้นจะพบว่า...

เขาจะรับมือกับการเปลี่ยนแปลง

ได้ง่ายดายขึ้นมากมายนัก

คุณเป็นสุดยอดที่สุด... ที่คุณจะเป็นได้เมื่อ

1. คุณเข้าใจชัดเจนว่า ความล้มเหลวเป็นเพียงเหตุการณ์หนึ่ง มิใช่ตัวบุคคล และเมื่อวานนี้สิ้นสุดไปแล้วเมื่อคืนก่อน

ส่วนวันนี้คือวันใหม่เอี่ยมของคุณ !

2. คุณรู้ว่า ความสำเร็จหรือชัยชนะไม่ได้ทำให้คุณมีความสุข ความล้มเหลว *(หรือความสูญเสีย)* ก็ไม่ได้ทำลายคุณ

3. ชีวิตของคุณเปี่ยมด้วยศรัทธา ความหวัง ความรัก และใช้ชีวิตโดยปราศจากความโกรธแค้น ละโมบ อิจฉาริษยา หรือความผูกใจเจ็บ พยาบาท มุ่งแก้แค้นใดๆ ทั้งปวง

4. คุณสามารถเป็นเพื่อนกับปฏิปักษ์คู่ต่อสู้ได้ และได้รับความรักความนับถือจากผู้คนที่รู้จัก

5. คุณเข้าใจว่าคนอื่นๆ สามารถให้ความพึงพอใจแก่คุณได้ แต่ความสุขที่แท้จริงมาจากสิ่งที่คุณทำให้แก่ผู้อื่น

6. คุณมีอัธยาศัยและอ่อนโยนกับคนที่เกรี้ยวกราด มีมารยาทกับคนหยาบคาย และใจกว้างกับคนที่ยังขาดแคลนอยู่

7. คุณรักคนที่ใครก็รักไม่ลง ให้ความหวังแก่ผู้สิ้นหวัง เป็นมิตรกับคนที่ไม่มีเพื่อน และให้กำลังใจกับผู้สูญเสียกำลังใจ

8. คุณสามารถมองย้อนอดีตกลับไปด้วยความรู้สึกให้อภัย มองไปข้างหน้าด้วยความหวัง จิตใจอาบเอ่อด้วยเมตตาจิต และท่วมท้นไปด้วยความรู้สึกสำนึกในสิ่งดีๆ ที่ผู้อื่นได้ทำกับคุณ

เมื่อนั้น... คุณเป็นที่สุดเท่าที่คุณจะเป็นได้แล้ว

ทุกข์ยากลำบาก

เมื่อถึงเวลาที่ยากลำบากที่สุด
คือช่วงเวลาที่พวกเราอยู่ห่างจาก
ความสำเร็จไม่ไกลแล้ว

การประสบความทุกข์ยาก

เป็นการศึกษาภาควิชาที่สูงส่ง

เพื่อขัดเกลาความเป็นคนให้เหนือคน

มีเพียงคนที่ยิ่งใหญ่

จึงสามารถสงบนิ่ง

ท่ามกลางความทุกข์ยากลำบาก

จะเห็นคุณค่าของเข็มทิศ

ต่อเมื่อชีวิตเราหลงทางในกลางป่า

จะเห็นคุณค่าของเงาไม้

ต่อเมื่อยืนอยู่กลางแดดร้อนระอุ

จะเห็นคุณค่าของธรรม

เมื่อยามชีวิตเราประสบกับทุกข์เข็ญ

ไม่มีการศึกษาจากสถาบันใด
จะสั่งสอนคนได้ลึกซึ้งยิ่งกว่า
การประสบความทุกข์ยาก

หากอยากชนะ...
การประสบความทุกข์ยาก
เป็นการฝึกตนที่ดีที่สุด

คนที่เคยต่อสู้ท่ามกลางความโชคร้ายมาก่อน
เมื่อโชคดีมาเยือนจะพบว่า
วิชาที่ฝึกท่ามกลางโชคร้าย
มีประโยชน์อย่างแท้จริง ซึ่งทำให้สุขใจ

ในขณะที่ชีวิตราบรื่น
คนนั้นมักแสดงความชั่วของตนออกมาเด่นชัด
ส่วนในยามที่ชีวิตเต็มไปด้วยความทุกข์ยาก
คุณความดีของคนนั้นกลับปรากฏออกมาเด่นชัด

ความยากลำบากไม่ได้ทำให้คนพ่ายแพ้ได้เลย
แต่การที่พวกเขาขาดความเชื่อมั่น
ในตัวเองต่างหาก
ที่เป็นสาเหตุของความล้มเหลว

เดือน 3 พายุลมโหมกระหน่ำ
เดือน 4 ฝนตกหนัก
เดือน 5 ดอกไม้บาน

ไม่พบความทุกข์ยาก ไม่ได้สิ่งใดมา

ชีวิตมนุษย์จริงๆ แล้วก็คือหนทางอันขรุขระท่ามกลางการต่อสู้ดิ้นรน ชีวิตย่อมมีทั้งสุขและทุกข์ ในขณะที่ชีวิตราบรื่นสมหวัง เราไม่ควรเย่อหยิ่งลำพองใจ เพราะว่าไม่มีใครคาดคะเนได้ว่าเคราะห์กรรมจะกระหน่ำมนุษย์คนใด ยามไหน ความสุข ความสมหวังชั่วขณะหนึ่ง มิได้หมายความว่าชีวิตของคนๆ นั้นจะประสบความสำเร็จนิจนิรันดร์ ตรงกันข้าม ความราบรื่นสมหวังกลับทำให้คนเราประมาทเลินเล่อ ไม่คิดที่จะสู้ เป็นการกวักมือร้องเรียกความพ่ายแพ้ล้มเหลวมาสู่ตัวแท้ๆ

เป็นที่ทราบกันดีว่า คนที่มีชีวิตอยู่อย่างมีความสุขเป็นเวลานานๆ นั้นมักจะอ่อนแอ ใจเสาะ เพราะฉะนั้น ถ้าเรามีโอกาสมีชีวิตที่มีความสุขกับเขาบ้าง เราก็ควรจะเตือนใจตนเองไว้เสมอว่า *"เมื่อมีความสุขถึงที่สุดเมื่อไหร่ ความทุกข์ก็จะมาเยือน"* มีความสุขมากเพียงใด ก็ทุกข์หนักเป็นทบเท่าทวีคูณเพียงนั้น

ในทำนองเดียวกัน ถ้าหากชีวิตของเราพบกับความทุกข์ เจออุปสรรคหนักหน่วง เราก็ไม่ควรระทมทุกข์จนอกกลัดหนอง เพราะว่าโดยทั่วไปแล้ว ชีวิตของคนเรามีเรื่องไม่สมหวังมากกว่าสมหวัง ดังนั้น เมื่อพบกับความยากลำบากหรือภยันตราย เราจึงควรจะรวบรวมความกล้าหาญ ต่อสู้กับความยากลำบากอย่างถึงที่สุด และเมื่อเรากล้าเผชิญหน้ากับความยากลำบาก สติปัญญาของเราก็จะงอกเงยขึ้น มีความเชื่อมั่นในตนเองและมีความวิริยะอุตสาหะมากยิ่งขึ้น

ความสุข

ความพยายามจะทำให้ผู้อื่นเป็นสุข
ช่วยยกเราเหนือตัวเอง

คนบางคนสามารถทำตนให้เป็นสุขได้เสมอ
คนบางคนสามารถทำตนให้เป็นทุกข์ได้เสมอ
คนบางคนทำตนให้สุกๆ ดิบๆ คือ ทุกข์ๆ สุขๆ
ได้ตลอดเวลา

ความสุขหรือความทุกข์ส่วนใหญ่ในชีวิต
ขึ้นอยู่กับความคิดที่เรามีต่อมัน
ไม่ใช่เพราะเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น

คนเป็นจำนวนมาก
พลาดโอกาสมีความสุขในส่วนที่ตัวเองพึงมี
ไม่ใช่เป็นเพราะพวกเขาไม่เคยพบมัน
แต่เป็นเพราะพวกเขาไม่เคยหยุด
เพื่อหาความสุขจากมัน

จะดูว่าใคร
ประสบความสำเร็จในชีวิตเพียงใดนั้น
สามารถวัดได้ที่
ระดับความสุขของบุคคลนั้นๆ

... ถ้ามีความสุขบริสุทธิ์อันมั่นคง

ชีวิตถึงจุดสุดยอดแห่งความสำเร็จแล้ว

... ถ้ามีความสุขมหาศาล

ชีวิตประสบความสำเร็จยิ่งใหญ่แล้ว

... ถ้ามีความสุขบ้าง

ชีวิตกำลังไต่เต้าสู่ความสำเร็จ

... ถ้ามีความสุขระคนทุกข์

ชีวิตกำลังเรียนรู้ความสำเร็จ

... ถ้าไม่มีความสุขเลย

ชีวิตยังไม่ได้เริ่มต้นอย่างจริงจังเลย

ที่เป็นอยู่เป็นดังซากศพเดินได้

... ถ้ามีแต่ความทุกข์

แสดงว่าขาดทุนที่เกิดมามีชีวิต

แหล่งแห่งความสุข

การแสวงหาความสุขจากสิ่งคม

อันตรายบรม...

การแสวงหาความสุขจากคนอื่น

ย่อมเสี่ยงต่อความขมขื่น...

การแสวงหาความสุขในตัวเอง

ง่ายที่จะบรรเลง...

การแสวงหาความสุขจากสิ่งศักดิ์สิทธิ์

ดี ถ้าทำตัวให้ได้มีสิทธิ์...

การแสวงหาความสุขจากความบริสุทธิ์

ปลอดภัยและประเสริฐสุด...

ผู้ที่เข้าใจว่าความสุข
คือความบริสุทธิ์แห่งดวงใจ
เขาย่อมเป็นดั่งพระเจ้าแห่งความสุข

คนใจบริสุทธิ์ คนนั้นสุขใจ

คุณค่าสัมพัทธ์

เมื่อความสุขมากขึ้น ความทุกข์จะลดลง
เมื่อความทุกข์มากขึ้น ความสุขจะลดลง

เมื่อการปล่อยวางมากขึ้น ความสุขจะมากขึ้น
เมื่อความสุขมากขึ้น การปล่อยวางจะมากขึ้น

เมื่อธรรมปัญญามากขึ้น ความสุขจะมากขึ้น
เมื่อความสุขมากขึ้น ธรรมปัญญาจะมากขึ้น

เมื่อความบริสุทธิ์แห่งจิตมากขึ้น ความสุขจะมากขึ้น
เมื่อความสุขมากขึ้น ความบริสุทธิ์แห่งจิตจะมากขึ้น

... ถ้าเราฝึกใจให้เป็นสุขเพื่อความสุข

ผลออกมาเป็นสุข

... ถ้าเราฝึกใจให้เป็นสุขแล้วติดยึดสุข

ผลออกมาเป็นทุกข์

... ถ้าเราเพ่งในทุกข์ เพื่อปล่อยทุกข์ไปหาสุข

ผลออกมาเป็นสุข แต่ระคนทุกข์บ้าง
ที่ไปต่อกรกับทุกข์

... ถ้าเราทำทุกข์ให้เหนือทุกข์

จนทุกข์หมดความหมาย

ผลออกมาเป็นสุข

เหมือนเอาไขมัน (สบู่) ไปล้างคราบไขมัน (ไคล)

ผลออกมาคือความสะอาด

ค่าสัมพันธ์ระหว่างสุขกับทุกข์

สุข – สุข	=	สุข
สุข – ทุกข์	=	ทุกข์
ทุกข์ – สุข	=	สุขระคนทุกข์
ทุกข์ – ทุกข์	=	สุข

... ถ้าเราเป็นคนมีความสุขและพบกับคนที่มีความสุข ผลออกมาเป็นสุข

... ถ้าเรามีความสุขและพบกับคนที่มีความทุกข์ ผลออกมาเป็นทุกข์

... ถ้าเราเป็นทุกข์และพบกับคนที่มีความสุข ผลออกมาเป็นทุกข์ระคนสุข

... ถ้าเรามีความทุกข์และพบกับคนที่มีความทุกข์ ผลออกมาเป็นสุข เพราะในความสัมพันธ์เช่นนั้นจะเต็มไปด้วยความเข้าอกเข้าใจ เห็นอกเห็นใจ เมตตากรุณาจะเกิด

ศัตรูแห่งความสุข

ความหลงใหล... คือ ศัตรูตัวน้อยของความสุข
มันย่อมดูดพลังจนความสุขเล็กลงเสมอ

ความกระหายอยาก... คือ ศัตรูตัวซนของความสุข
มันย่อมพาความสุขไปสู่วิถีถูกซ้ำไป

ความลังเลใจ... คือ
ศัตรูผู้ไม่เคยจริงใจต่อความสุข
มันมักพาความสุขไปสู่แพร่งแห่งความเสี่ยงเสมอ

การมองโลกในแง่ร้าย... คือ
ศัตรูที่ไร้มารยาทของความสุข
มันจะตีกรอบขังความสุขให้อึดอัดในความคับแคบ

ความโกรธ... คือ ศัตรูตัวร้ายของความสุข
มันชอบทำร้ายความสุขให้เจ็บปวดเสมอ

ความเกลียดชัง... คือ
ศัตรูตัวฉกาจของความสุข
มันทำให้ความสุขแคระแกร็นพิการไป

ตัวตน... คือ ศัตรูที่อันตรายที่สุดของความสุข
มันเลี้ยงความสุขด้วยความหวังนานา
จนความสุขโตได้ที่ก็จะฆ่าทิ้งเสีย

จงใช้พลังอำนาจแห่งการเลือก

อย่างเฉลียวฉลาด

จงเลือกที่จะรัก... แทนเกลียดชัง

จงเลือกที่จะหัวเราะ... แทนร้องไห้

จงเลือกที่จะสร้างสรรค์... แทนทำลาย

จงเลือกที่จะมุ่งมั่น... แทนจะเลิกรา

จงเลือกที่จะยกย่องสรรเสริญ... แทนซุบซิบนินทา

จงเลือกที่จะรักษา... แทนจะทำร้าย

จงเลือกที่จะให้... แทนที่จะขโมย

จงเลือกที่จะแผ่เมตตา... แทนที่จะสาปแช่ง

จงเลือกที่จะลงมือทำงาน... แทนที่จะผลัดวัน

ประกันพรุ่ง

ฉันจะมีชีวิตอยู่ในวันนี้ ประหนึ่งว่า "เป็นวันสุดท้ายของฉัน"

ฉันจะทำอย่างไรกับวันสุดท้ายอันมีค่านี้ ?

ประการแรกฉันจะปิดผนึกชีวิตของฉันเอาไว้อย่างมิดชิด มิให้มันหกรดพื้นทรายให้สูญเปล่าไปแม้แต่หยดเดียว ฉันจะไม่เสียเวลาแม้เสี้ยววินาทีคร่ำครวญกับความอับโชคในอดีต หรือความพ่าย

แพ้เมื่อวันวาน เพราะว่าฉันไม่จำเป็นที่จะต้องเสียวันนี้ไปให้กับวันก่อนนั่นเอง

กระแสน้ำย่อมจะไม่ไหลขึ้นสู่ที่สูง ดวงตะวันจะไม่มีวันย้อนเส้นทาง ฉันใดก็ฉันนั้น ฉันย่อมไม่อาจแก้ไขความผิดพลาดในอดีตให้ถูกต้องขึ้นมาได้ ไม่ว่าจะเป็นความผิดพลาดของฉันเองหรือของใครก็ตาม บาดแผลที่เกิดแล้วก็จะต้องตกสะเก็ด ไม่มีใครที่จะสามารถเอาวันเวลาที่ผ่านไปแล้วกลับคืนมาแก้ไขใหม่ได้อีกแม้แต่วินาทีเดียว อดีตย่อมถูกฝังเอาไว้ชั่วนิรันดร และฉันจะไม่นำมาคิดอีกต่อไปเป็นอันขาด

...ฉันจะมีชีวิตอยู่ในวันนี้ประหนึ่งว่ามันเป็นวันสุดท้ายของฉัน

ฉันจะทำอย่างไร ? ฉันจะลืมอดีตและจะไม่กังวลถึงอนาคต ทำไมฉันจะต้องจำสิ่งที่ล่วงผ่านไปแล้วและสิ่งที่ยังมาไม่ถึงด้วยเล่า ในเมื่อพระอาทิตย์มิได้ขึ้นสองครั้งในวันเดียว ฉันจะเอาวันก่อนมาใช้ในวันนี้ หรือเอาวันพรุ่งนี้มาใช้ในวันนี้ก็ไม่ได้ดุจกัน

วันนี้เท่านั้นที่ฉันมีชีวิตอยู่ วันนี้เท่านั้นที่เป็นของฉัน แต่ละนาทีของวันนี้คือเวลาอันไม่สิ้นสุดของฉัน ฉันต้อนรับแสงตะวันในวันนี้ด้วยความขอบคุณอย่างเดียวกับนักโทษประหารที่ได้รับการอภัยโทษ ฉันขอบคุณวันใหม่และชีวิตใหม่อันมีค่า

ฉันขอบคุณที่มีความหวังรออยู่ในวันนี้ ฉันเป็นคนที่มีโชคอย่างมหาศาลที่มีวันนี้ และแต่ละชั่วโมงของวันนี้คือกำไรที่ฉันจะต้องเก็บเกี่ยว ทำไมฉันจึงได้รับอนุญาตให้มีชีวิตอยู่ต่อไปในวันนี้ได้ ในเมื่อหลายๆ คนที่เก่งกาจกว่าฉันได้ตายไปแล้ว นี่เป็นโอกาสของฉันที่จะกลายเป็นคนที่ฉันอยากจะเป็นให้ได้ใช่ไหม หรือว่าเป็นความต้องการของธรรมชาติ หรือว่าวันนี้เป็นวันที่ฉันจะพบกับความสำเร็จในชีวิต

...ฉันจะมีชีวิตอยู่ในวันนี้ประหนึ่งว่ามันเป็นวันสุดท้ายของฉัน

ฉันมีเพียงชีวิตเดียว และชีวิตฉันก็ไม่มีอะไรมาก นอกจากเป็นเครื่องวัดระยะทางของกาลเวลา เมื่อฉันปล่อยให้ล่วงไปเสียวันหนึ่ง มันก็จะทำลายเวลาวันอื่นของฉันไปด้วย และถ้าฉันปล่อยให้ล่วงไปในวันนี้ก็เท่ากับฉันได้ทำลายช่วงสุดท้ายในชีวิตของฉันไปอย่างไร้ประโยชน์ ดังนั้น ในแต่ละนาทีของวันนี้ ฉันจะใช้มันให้เป็นประโยชน์มากที่สุด เพราะมันไม่อาจกลับมาให้ฉันแก้ตัวได้อีก ฉันจะใช้เวลาแต่ละนาทีด้วยสำนึกในคุณค่าอันเหลือล้นของมัน เพราะคนที่ตายไปแล้วย่อมไม่อาจซื้อลมหายใจของตนเองได้ แม้ด้วยทองคำทั้งหมดที่เขามีอยู่ คุณค่าและราคาที่ข้าหวังไว้ข้างหน้าก็เป็นราคาที่ไร้สาระสำหรับวันนี้

...ฉันจะมีชีวิตอยู่ในวันนี้ประหนึ่งว่ามันเป็นวันสุดท้ายของฉัน

ฉันจะไม่ปล่อยให้เวลาสูญเปล่าไปแม้วินาทีเดียว ฉันจะทำลายการผลัดวันประกันพรุ่งด้วยการทำงาน ฉันจะฝังความสงสัยของฉันไว้ภายใต้ความเชื่อมั่น ฉันจะขจัดความกลัวให้หมดไปด้วยความมั่นใจ ฉันจะไม่ฟังคำพูดที่ไร้สาระ ฉันจะไม่วิสาสะกับคนที่ไร้ประโยชน์ ฉันรู้ว่าการทำตัวเป็นคนเปล่าประโยชน์เท่ากับเป็นการขโมยทรัพย์สินไปจากตัวฉันเอง ฉันเต็มไปด้วยความรักต่อตัวฉันเอง ต่อครอบครัว และต่อมวลมนุษยชาติ ชีวิตแต่ละนาทีของฉันมีความหมายสำหรับพวกเขาทั้งหมด วันนี้เป็นโอกาสสุดท้ายของฉันที่จะพิสูจน์ความรักและความตั้งใจจริงของฉัน

...ฉันจะมีชีวิตอยู่ในวันนี้ประหนึ่งว่ามันเป็นวันสุดท้ายของฉัน

ภาระกิจของวันนี้ ฉันจะต้องทำให้เสร็จสิ้นในวันนี้ เพราะว่าพรุ่งนี้อาจจะมาไม่ถึงและมันก็น่าอายที่ทำงานของวันนี้ไม่เสร็จในวันนี้ วันนี้ฉันจะมอบตัวเองให้กับการเสียสละและการทำงาน วันพรุ่งนี้ฉันอาจจะไม่มีสิ่งใดอีกแล้วที่จะให้ ทั้งยังอาจจะไม่มีผู้รับอีกด้วย

...ฉันจะมีชีวิตอยู่ในวันนี้ประหนึ่งว่ามันเป็นวันสุดท้ายของฉัน

และ ถ้าหากว่ามันเป็นวันสุดท้ายของฉันจริงๆ มันก็จะเป็นอนุสาวรีย์แห่งความยิ่งใหญ่ของฉัน วันนี้จะเป็นวันที่ดีที่สุดในชีวิตของฉัน วันนี้ฉันจะดื่มทุกนาทีเต็มที่ทุกนาที ฉันจะลิ้มรสชาติของมันและกล่าวคำขอบคุณ ฉันจะเปลี่ยนทุกเวลานาทีให้เป็นสิ่งที่มีคุณค่า ฉันจะลงแรงหนักกว่าที่เคยทำ และจะใช้กล้ามเนื้อของฉันจนกระทั่งมันร้องขอความเมตตา แล้วฉันจะเริ่มใหม่อีกครั้งหนึ่ง ฉันจะแวะเยี่ยมมากกว่าที่ฉันเคยทำ ฉันจะทุ่มเทให้มากกว่าที่เคยทำมา แต่ละนาทีของวันนี้จะได้ดอกผลมากกว่าโมงยามของมันเมื่อวันวาน วันสุดท้ายต้องเป็นวันที่ดีที่สุดของฉัน

ฉันจะมีชีวิตอยู่ในวันนี้
ประหนึ่งว่า
มันเป็นวันสุดท้ายของฉัน
และ
ถ้าหากมันไม่เป็นเช่นนั้น
ฉันจะขอบคุณฟ้าเบื้องบน

โครงการหนังสือช่วยชีวิต

1. คัมภีร์... วัชรปรัชญาปารมิตาสูตร
2. คัมภีร์... ธรรมปารมิตา
3. คัมภีร์... หลุนหวี่
4. คัมภีร์... หอจันทร์คู่
5. วาจาสอนจิต คติสอนใจ
6. กระจกส่องกรรม
7. สรรสาระกะทะเจ ชุดที่ 1 *"กลเม็ดเคล็ดลับในครัว"*
8. สรรสาระกะทะเจ ชุดที่ 2 *"ปกิณกะสาระเจ"*
9. เม็ดทรายสร้างเจดีย์ ชุดที่ 1 *"ยาขนานเอก"*
10. เม็ดทรายสร้างเจดีย์ ชุดที่ 2 *"ยังไม่สิ้นกลิ่นน้ำลาย"*
11. มหาปณิธาน 10

    ฉบับพระโอวาท "องค์ประธานคุมสอบสามภูมิ"

บุคคลหรือองค์กรใดสนใจจัดพิมพ์หนังสือธรรมะเผยแพร่เพื่อแจกจ่ายแก่วัด ห้องสมุด โรงเรียน เด็กเยาวชน งานมงคลพิธี หรืองานสาธารณกุศลต่าง ๆ ยินดีจำหน่ายในราคาลด 10 % ทุกเล่ม

ธนาณัติสั่งจ่ายในนาม

นาย อุดมรัก เอี่ยมสะอาด

495/26 ถ.ประชาอุทิศ 8 ราษฎร์บูรณะ

กรุงเทพฯ 10140

หรือ ชำระเงินผ่านทางบัญชีออมทรัพย์

ธนาคารกรุงเทพจำกัด *สาขา* ***ราษฎร์บูรณะ***

ชื่อบัญชี ***นส. สุดารัตน์ อินทร์มั่ง***

บัญชีเลขที่ 186-0-87236-3

เอกอนันต์

เลขที่ 495/26 ถ.ประชาอุทิศ 8 เขตราษฎร์บูรณะ

กรุงเทพฯ 10140

TEL. 02-4285291, 09-6726781

ผู้สละทุนทรัพย์พิมพ์แจกเป็นธรรมทาน



ย่อมบังเกิดอานิสงส์ 10 ประการ

1. กรรมเวรจากอดีตชาติจะได้ลบล้าง
2. ความเป็นสิริมงคลย่อมจะมีมาสู่ครัวเรือน
3. บุตรหลานที่พาลเกเรจะกลับตัวเป็นคนดี
4. วงศ์สกุลจะมีผู้สืบทอดและเจริญรุ่งเรืองทุกๆ ชั่วอายุคน
5. คิดจะทำการสิ่งใดจะมีคนมาให้ความช่วยเหลือ
6. ขจัดเคราะห์ภัยที่จะมีมาถึงตน ภัยใหญ่จะกลายเป็นภัยเล็ก
7. คนป่วยเรื้อรังจะหายจากโรคภัยไข้เจ็บ
8. วิญญาณทุกข์ของบรรพชนจะพ้นจากถูกทรมานไปสู่สุคติ
9. เป็นบารมีคุ้มครองลูกหลานให้อยู่เย็นเป็นสุข
10. บังเกิดบุญวาสนาและให้มีอายุยืนยาว



เอกอนันต์